

ふるま



サバニ帆走体験で 沖縄先人達の 知恵と勇気を実感

写真はあやはしまつりイベントのひとつ。
海中道路の道の駅あやし館隣の海上でのサバニ帆走体験。
参加者らは真っ青な空と色鮮やかな海の上で、古の時代大海原を舞台に
世界で活躍した沖縄先人達の知恵と勇気を実感したことでしよう。

CONTENTS

- まちのわだい 2~3p
- 介護保険制度見直し 4~5p
- 国民年金・としょかんだより 6~7p
- 夏の風物詩 エイサーまつり 8~9p
- 健康アドバイス・法律相談 10~11p
- お知らせ 12~16p



まちのわだい

まちのイベントや
地域のお話をお届けします。



見事な集中力で空手の演舞をする選手

磨き抜いた技競い合う

8月28日市勝連B&G海洋センターで第1回市空手道古武道選手権(主催・市体育協会)が開催されました。

大会では空手の組手や型、古武道の棒術に市内の道場から各部門に延べ44人の選手が出場し、日ごろの練習で磨き抜いた技を競い合いました。

獅子舞交流で夏祭り

8月27日字上江洲(上江洲安俊区長)主催による夏祭りが開催されました。

今年は、獅子舞フェスティバルで交流のある鹿児島県沖永良部島知名町瀬利覚の獅子舞を招いての交流も行なわれ例年にない盛り上がりを見せました。

祭りでは舞台いっぱい芸達者の住民らが琉踊や古典音楽演奏、空手演舞など多彩な演目を披露。フィナーレには、瀬利覚の獅子舞と上江洲の獅子舞が演じられ、集まった多くの住民らが獅子の独特な動きと表情に大笑いしながら楽しいひとときを過ごしました。



字上江洲の夏まつりをさらに盛り上げた瀬利覚の獅子舞



**9月10日
DV啓発講演会
(勝連シビックホール)**

精神科医の竹下小夜子氏が、DVが子どもに及ぼす影響やDVへの対処方法などについて講演しました。

**9月13日
親子奉仕作業**

石川伊波のやまびこ幼稚園の子どもたちと父母らが、ふだん利用している散歩コースで花壇の草刈りと花植えを行いました。



**8月11日
稚魚の放流
(平敷屋漁港)**

勝連漁協などが平敷屋保育園年長児30人を招き、体長15cmほどのタマン(ハマフエフキ)5000匹を放流。「元気に大きく育ててね」と願いを込めました。

**9月2日
全国大会へ向けて訓練**

神奈川県で10月20日開催予定の第17回全国女性消防操法大会に県代表として市女性消防隊(島袋邦子隊長ほか5人)の初出場が決まりました。



**9月14日
四地区商工会が
合併基本に合意**

うるま市の四地区商工会(具志川商工会・石川商工会・勝連商工会・与那城商工会)が、平成19年4月1日に合併することなどに合意しました。

**9月1日
市水道事業管理者に
名嘉眞治夫氏が就任**

うるま市字昆布出身。58歳。昭和53年から5期にわたって具志川市議会議員を務めた後、平成10年7月から四市町合併前日の平成17年3月31日まで具志川市収入役を歴任。



手作りのおばけ屋敷が大盛況

おばけ屋敷作り隊

8月1日、子どもの居場所作り事業の一環として、お化け屋敷大会(石川中学校校主催)が行われました。

石川中学校の生徒ら13人が「お化け屋敷作り隊」と銘打って、企画から製作、運営までを担当。10日間の日程でダンボールでのコースづくりから、広告用のチラシ作りなどをこなしました。当日は市内の子どもたちを中心に約400人のお客さんが詰め掛け、ゴール付近では怖くて泣き出す子の姿も見られました。



おばけの正体は私たちで～す!

異国文化に触れて…

ホームステイ帰国報告

7月22日から8月20日までの1カ月間にわたり、カナダ・バンクーバー近郊で短期留学が行われました。派遣されたのは市内中学校の生徒21人。生活習慣や文化の違いを学びながら、エイサーや棒術などの沖縄の伝統文化も披露しました。

9月8日には、生徒全員で知念市長を訪ね帰国の報告を行いました。津堅中学校の富着希さんは「一生忘れられない夏休みになりました」と、ホームステイの思い出を笑顔で語ってくれました。



短期留学を終えて、自信に満ちた表情の生徒たち

などの利用料が変わります。

基準費用額（一人あたりの日額）			
居住費		食費	
多床室	320円	1,380円	
従来型個室	①特養等		1,150円
	②老健・療養		1,640円
ユニット型個室	1,970円		
ユニット型準個室	1,640円		

◎施設利用者（ショートステイ含む）の自己負担額は
 = 施設サービス費の1割負担分 + 居住費 + 食費

食費・居住費が
自己負担になります

在宅の方との負担の均衡を図るため施設を利用する方（ショートステイ含む）の食費と居住費が原則的に自己負担になります。

制度見直しの概要

利用者の負担区分
変更になります。

所得の少ない施設利用者への負担の軽減を図るため、現在の利用者の負担区分第二段階がさらに二つの段階に細かく分けられます。

●利用者の負担区分について

現行の利用者負担段階	
第1段階	生活保護受給者の方
第2段階	世帯全員が市民税 非課税世帯の方
第3段階	市民税課税世帯

新しい利用者負担段階		
第1段階	生活保護受給者の方	
第2段階	世帯全員が市民税 非課税の方	本人の年金収入が 80万以下の方等
第3段階		新第2段階に該当 しない方
第4段階	市民税課税世帯	

所得が低い施設利用者については、一月の利用料の負担の上限である高額介護サービス費の上限が引き下げられます。また、食費と居住費の負担の上限額が設定され、平均的な費用との差額が給付されます。所得の低い方には、居住費、食費の負担額を低く設定するほか、特に年金額が老齢年金水準相当の八十万円以下の方（利用者負担第二段階）については、一割負担分の上限額も引き下げることとしました。

この結果、これまでよりも十月以降の負担額は低くなります。なお、利用者負担第四段階以上の方については、利用者と施設の契約により負担水準がきめられるため、居住費、食費について一定程度、新たに負担いただくこととなります。

低所得者への負担軽減



●高額介護サービス費の見直し

現行	利用者負担	見直し後
15,000円/月	第1段階	15,000円/月 生活保護受給者等
24,600円/月 (旧第2段階)	第2段階	15,000円/月 市民税世帯非課税であって年金収入が80万円以下で、年金以外に所得がない方
37,200円/月	第3段階	24,600円/月 市民税世帯非課税であって第2段階に該当しない方
	第4段階	37,200円/月 低所得者でない方

介護長寿課：TEL 973-3208

平成17年 10月から

介護保険施設

	(現 行)		(改 訂 後)
第1段階	2.5万円/月	据 え 置 き	2.5万円/月
	1割負担分 1.5万円		1割負担分 1.5万円
	食 費 1.0万円		食 費 1.0万円
	居 住 費 -		居 住 費 -
第2段階	4.0万円/月	負 担 引 き 下 げ	3.7万円/月
	1割負担分 2.5万円		1割負担分 1.5万円
	食 費 1.5万円		食 費 1.2万円
	居 住 費 -		居 住 費 1.0万円
第3段階	4.0万円/月	負 担 額 を 1.5 万 円 程 度 に 抑 制	5.5万円/月
	1割負担分 2.5万円		1割負担分 2.5万円
	食 費 1.5万円		食 費 2.0万円
	居 住 費 -		居 住 費 1.0万円

(例) 特別養護老人ホームの多床室(相部屋)に入所されている方(要介護5)の場合

※利用者負担第4段階以上の方の居住費・食費は、施設と調整し契約することになります。

※特定入所者介護サービス費の適用を受けた場合の利用者は、下記ようになります。

		負担限度額		
		第1段階	第2段階	第3段階
居住費	多床室(相部屋)	0円/日	320円/日	320円/日
	従来型	①特養等	320円/日	420円/日
	個室		420円/日	820円/日
		②老健・療養等	490円/日	490円/日
	ユニット型準個室		490円/日	1,310円/日
ユニット型個室	820円/日	820円/日	1,640円/日	
食費		300円/日	390円/日	650円/日

特定入所者介護サービス費の申請
(申請は本人や家族、介護保険施設等による申請代行もできます。)

※申請をしなければ「特定入所者介護サービス費」の給付は受けられません。

負担区分で第1段階から第3段階に該当すると思われる方は、介護長寿課に申請して軽減措置を受けてください。

●保険料減免

保険料を納めることが困難な方で、下記の要件を満たしていたら減免することができます。

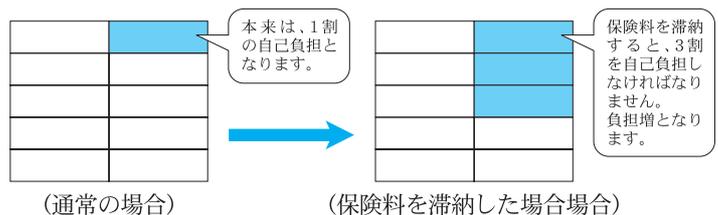
- ①市民税課税者に扶養されていないこと。
- ②その世帯の年間の収入見込み額が、生活扶助基準額未満と見込まれること。
- ③その世帯の保有する現金、預金、有価証券等の額及び保有する不動産の評価額の合計額が、生活扶助基準額以下であること。

介護保険料を納めましょう。

一年以上介護保険料を納めないでいると介護が必要になった時に給付費の全額が自己負担になり、介護保険料の納付後9割の払い戻しとなります。

また、2年以上滞納すると1割の自己負担が3割の自己負担となります。

(例) 35万円の施設サービス費の場合、通常は1割負担3万5千円で更に、所得に応じて高額サービス費が受けられ減額されますが、滞納者については、3割となり毎月10万5千円の自己負担となります。



こんにちは！ 国民年金推進員です。



国民年金推進員は、コザ社会保険事務所から皆様の年金権を守るため、国民年金保険料の納め忘れなどがある方のご自宅に（夜間、土・日曜日を含め）お伺いしております。

皆様のお役に立てるよう、頑張っておりますので、ご理解とご協力をお願いします。

主な活動内容

- 国民年金制度の説明
- 国民年金加入の案内
- 保険料納付の案内
- 保険料の収納事務
- 保険料免除制度の案内



平川 ヨシ子



津波古 千恵子



當 銘 マチ子

国民年金推進員は身分証明書を携行し訪問しています。「おかしい!」と思ったら社会保険事務所へご確認ください。



新 垣 京 子



名嘉村 由美子



平安名 静 江



福 元 真 弓

推進員名	担 当 地 区									
平 川 ヨシ子	石 川	赤 崎	東 山	東山本町	石 崎	曙	伊 波	嘉手苺	白 浜	楚 南
津波古 千恵子	東恩納	山 城	宇 堅	栄野比	川 崎	昆 布	天 願	みどり町		
當 銘 マチ子	上江洲	喜屋武	大 田	赤 野	具志川	州 崎	田 場	仲 嶺	前 原	
新 垣 京 子	西 原	赤 道	兼箇段	安慶名	平良川					
名嘉村 由美子	川 田	塩 屋	豊 原	安勢理	伊 計	池 味	上 原	屋慶名	与那城	中 央
平安名 静 江	内 間	津 堅	南風原	浜	比 嘉	平敷屋	平安名			
福 元 真 弓	高江洲	宮 里	江 洲							

お問い合わせ ■コザ社会保険事務所 TEL933-3437

としょかんだより

2005年10月 第7号

中央図書館 974-1112

石川図書館 964-5166

勝連図書館 978-4321

楽しい夏休み、うるま市内の図書館ではこんな行事が行われました。

中央図書館

ひまわり号 夏休みおはなし会

8月2日(火)～8月14日(日)まで旧具志川市内を巡回している自動車図書館「ひまわり号」で、おはなし会が行われました。『めっきらもっきら どおんどん』などの絵本や紙芝居の読み聞かせのほか、『三びきのこぶた』のエプロンシアターが行われ、各ステーションを利用する子どもたちを楽しませていました。



おすすめしたいこの1冊

【一般書】

『今ここにいるぼくらは』

著者：川端裕人

出版社：集英社

内容：今も自分の居場所を探しているすべての大人たちに贈る一冊

所蔵館 中央・勝連

【一般書】

『食べるな危険!!』

著者：モーガン・スパーロック

出版社：角川書店

内容：ファーストフードの危険を暴くノンフィクション

所蔵館 石川・勝連

石川図書館

親子ふれあいおもちゃ作り

8月21日(日)、夏休み行事の一環として、親子おもちゃ作り(竹とんぼ・竹笛・せみ)が、「野山を愛する会」の上運天研成さん他8人の指導のもと、100人余が参加して、いしかわ児童館(チャレンジ館)で行われました。昔なつかしいおもちゃ作りを通して、親子のふれあいを図るのがねらい。竹とんぼの飛ばし勝負をしたりして有意義に過ごしました。



【一般書】

『子どもが伸びる魔法のしつけ』

著者：谷かおる

出版社：三笠書店

内容：好奇心を刺激して学力の土台をつくる具体的なメソッド、アイデアが満載

所蔵館 石川・勝連

勝連図書館

第28回 らいぶらりーライブ

9月2日(金)午後7時、児玉 桂さんをゲストに第28回のらいぶらりーライブを開催しました。児玉さんが制作したアルバム『Born』の完成発表ライブとしてアルバム曲を披露しました。児玉さんは沖縄県立芸大の現役の学生であり、館内の雰囲気づくりにも工夫をこらしたいやしの空間ライブになりました。



図書館カレンダー

10月

日	月	火	水	木	金	土
*	*	*	*	*	*	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	*	*	*	*	*

11月

日	月	火	水	木	金	土
*	*	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	*	*	*

※青色は休館日です。



◆市文化協会与那城支部
幕開け演奏

あやはしまつり



◆饒辺子ども会の演舞



◆与那城青年会の演舞



◆屋慶名青年会の演舞



◆巨体同士が激突した闘牛大会

夏の風物詩 エイサーまつり開催

夏の風物詩エイサー。そのエイサーどころうるま市では8月21日 いひちゃー青年エイサーまつり、27日、28日あやはしまつり、28日 具志川青年エイサーまつり、9月10日、11日かつれんまつりエイサーフェスティバルINかっくんが開催されました。

開催された祭りの中、あやはし祭りでは闘牛大会やアマチュアからプロまでいろんなジャンルのバンドが出演したあやはし音楽祭、ウィンドサーフィン大会、サバニ帆走体験教室など多彩なイベントもあり訪れた観客らは思い思いのイベントを楽しみました。またそれぞれの地域のエイサー大会にも市内外から多くのファンが会場に詰めかけ、子ども会や青年達が繰り広げる勇壮で躍動感あふれるエイサー演舞に見入っていました。

かつれんまつり

エイサーフェスティバル in かっくん



◆南風原子ども会
のかわいい踊り
手の女の子



◆平敷屋(東)青年会の演舞



◆牧港青年会の演舞



◆ぐしちゃん青年会の演舞



◆野の花保育園
大地学童園児
の演舞



◆平安名こっけいの演舞



◆比嘉エイサーは地域の子も達も元気に演舞



◆赤野青年会の演舞



◆天願青年会の演舞



◆田場青年会の演舞

◆具志川青年会
女性の踊り手の
演舞



具志川青年 エイサーまつり

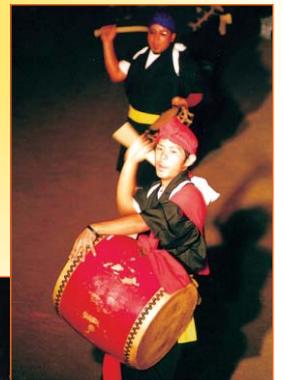


いひちやう青年 エイサーまつり



◆石川エンサー愛好会の演舞

◆城北青年会の演舞



◆伊波青年会の演舞





みなさん！

「体」
うごかしていますか？

今回は「簡単に効果的な運動」
のお話です。

健康のために体を動かすことは
大事です。肥満が気になる、コレス
テロールが高くなったなど、健診
等で指摘され、本格的に取り組み
たいと思っている方も多いと思い
ます。

そこで、効果的な運動について、
紹介しましょう。

3つの運動 体脂肪を燃やすための

なまった筋肉をストレッチで
目覚めさせよう！

①まず、体操・ストレッチで
柔軟性をつける

いきなりの運動は意味なし！ま
ずは筋肉を伸ばすことから。

運動不足でガチガチになった筋肉
をほぐし、血液の流れを良くしま
す。

運動不足の結果衰えてガチガチ
になった筋肉の中で血液の流れも
悪化、糖質・脂肪・酸素はエネルギー
の発電所『ミトコンドリア』まで
たどりつけません。脂肪が燃やさ
れずそのまま体脂肪として蓄えら
れます。

ストレッチで十分に伸ばした筋
肉の中では糖質・脂肪・酸素がス
ムーズに血管の中を流れ、エネル
ギーの発電所『ミトコンドリア』ま
で到達します。ここで、脂肪が燃
やされ、エネルギーに変換されま
す。

脂肪を燃やすためには筋肉を
鍛える必要があるんだ！

②次に、筋力アップさせる

運動不足で筋肉が鍛えられてい
ないと、脂肪を燃やすルートも少
なく代謝もなかなか上がりません。
筋肉を鍛えるということは体脂肪
を燃やすルートも増大するといっ
ことです。

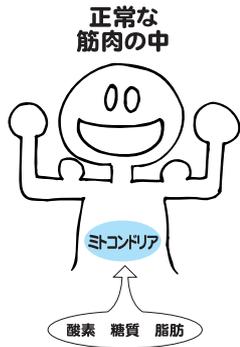
ミトコンドリアに運ばれる酸素や
脂肪、糖質が増え代謝が上がりま
す。次第にミトコンドリアも増え
ていきます。

有酸素運動で体脂肪を燃やす
発着剤の酸素を取り込もう！

③そして、

ウォーキングで脂肪燃焼

筋肉の中で増えたミトコンドリア
にしっかりと活躍してもらうため
有酸素運動(ウォーキング)をしま
しょう。『ミトコンドリア』たちは
酸素を欲しがり少しの運動でも
多くの脂肪を燃やすようになりま
す。



1 柔軟性

ストレッチ体操・ラジオ体操・社交ダンス・舞踊・タオル体操など

2 筋力

ダンベル体操・チューブ体操・マシントレーニング・自分の体重を使った筋力トレーニングなど

3 有酸素運動

ウォーキング・ジョギング・ゆっくり水泳・エアロビクス・自転車こぎなど
この3つを組み合わせると「体脂肪を燃やす効果的な運動」になります。

1日分の目安

10分のストレッチ

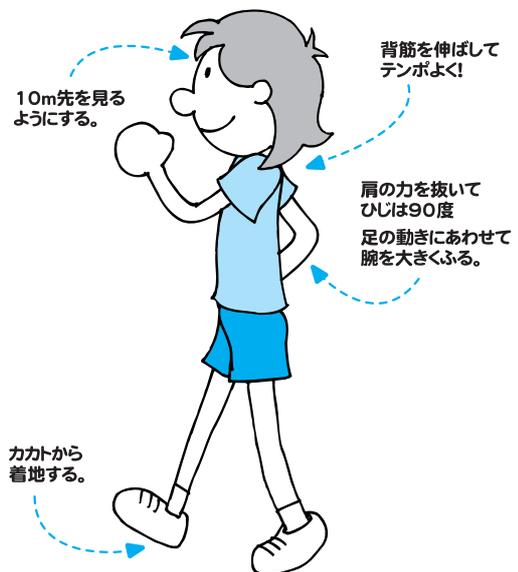
+

5分の筋力トレーニング

+

20分以上の有酸素運動

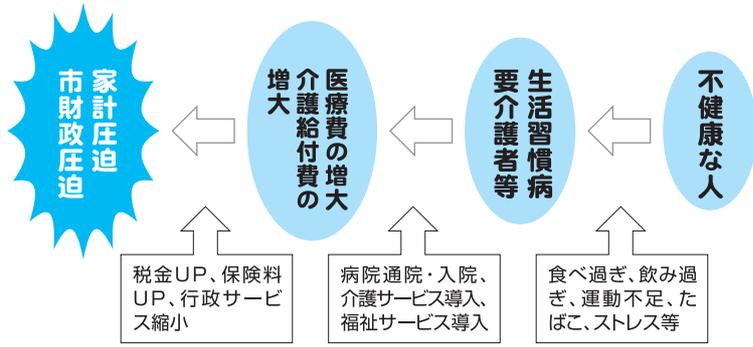
週3回程度で理想的な運動法となります。
何事にも続けることが大事です。
無理せず自分にあったものから取り入れましょう。



なぜ健康にならなげやいけないの!?

日本の平均寿命、健康寿命は、ともに世界水準に達しましたが、急速な高齢化に伴って、がん、心臓病、脳卒中、糖尿病などのいわゆる生活習慣病の割合は年々増加し、要介護者等の増加もあって深刻な社会問題となっております。

生活習慣病、要介護者等が増えるようになるのか…



「これまで「自分のことだから…」
「他人に迷惑かけてないから…」
というように健康に対して無関心でも特に大きな問題とは思われない風潮がありました。しかし、不健康な人が増えれば、生活習慣病・要介護者等が増え、それに伴って病院に通院・入院する方、介護・福祉サービスを受ける方が増加してきます。」

病院やサービスを受ける方が増えれば、公的医療費も増大し、行政の負担も増加します。行政の負担が増えれば、税・保険料の引き上げや行政サービスの縮小・低下につながります。そのことを解消し、税・保険料の負担が減少すれば、私たちのうるま市はもっと住みよい街になります。そのためには、私たち一人ひとりが自らの健康に関心と責任を持ち、社会に負担をかけるないという配慮が必要なのではないでしょうか。

健康とは、自分のためだけではなく、家族のため、地域のため、社会全体のために、守らなければいけない一番大切なものであると言えるでしょう。

市民健康課 973-32200

くらしの相談

市民無料法律相談

うるま市顧問弁護士
ゆあ法律事務所 宮國英男弁護士
※先着8名となります。午後1時より受付カードを準備致しますので先着順で受け取ってください。

実施日及び場所	時間
毎月第2木曜日 石川庁舎	午後1時受付開始 午後2時～午後4時
毎月第4木曜日 市役所本庁1階市民相談室	午後1時受付開始 午後2時～午後4時

特設人権相談所の開設

人権委員は、近隣のトラブル、家庭内のもめごと、いじめ、体罰などの人権問題でお困りの方のために、人権相談を開設します。

実施日及び場所	時間
10月18日(火) 与那城庁舎市民ロビー	午前10時～午後4時
10月20日(木) 勝連庁舎1階社協会議室	午前10時～午後4時
11月9日(水) 石川庁舎2階第4会議室	午後1時30分～午後4時

消費生活相談所の開設

マルチ商法、SF商法(沖縄では「ハイハイ学校」)などの悪質商法や利用した覚えのない架空請求などに対するトラブル等について専門員が対応します。
(平成17年9月～平成18年3月までの期間)

実施日及び場所	時間
毎週水曜日 市役所本庁1階市民相談室	午前10時～午後4時

特設行政相談所の開設

国の役所や、県、市町村が国から委託や補助金を受けて行っている仕事についての苦情や意見・要望を受け付けます。医療保険、年金、老人保険、福祉、雇用保険、交通安全、道路、環境衛生、登記事務、行政窓口サービスについて行政相談員が相談に応じます。

日時	場所	担当相談員
10月20日(木) 午前10時～午後4時	具志川庁舎3階 第1会議室	謝敷久武 小渡洋子
	石川庁舎2階 第4会議室	小波津敏勝
	勝連庁舎1階 社協ボランティア室	知花糸子
	与那城庁舎市民ロビー	佐久田朝孝

定例行政相談の開設

相談は無料で秘密は固く守られます。
お気軽にご相談ください。

実施日及び場所	時間
10月25日(火) 勝連庁舎1階社協ボランティア室	午後1時30分～午後4時

行政書士による無料相談会

官公署に提出する書類作成及び提出方法等の相談を無料で受け付けます。

実施日及び場所	時間
10月14日(金) 市役所本庁1階ロビー	午前9時～午後4時

市民生活課…973-5487

お知らせ

イベント情報や各種講習会、教室のお知らせや、市役所からの大切なお知らせです。詳細については各お問合せ先へご確認ください。

市役所 TEL974-3111
総合案内 FAX973-9819

『第1回 うるま市民書道展』

初心者からベテランまでバラエティに富んだ作品展示会です。今回は新市誕生記念展示会となっておりますので、多くの市民のご観覧をお待ちしています。

【日時】11月3日(木)～6日(日)
午前9時～午後6時
(最終日は午後5時まで)

【場所】石川保健相談センター
965-4524 (入場無料)

【問い合わせ】
文化課 978-7245

市民芸術劇場ホームページ開設

8月10日にうるま市民芸術劇場のホームページを立ち上げました。自主企画事業、催し物案内等随時内容更新していきたくと考えております。どうぞ活用ください。

<http://www.uruma-theater.jp>

テレビの映りでお困りではありませんか？

10月は、「受信環境クリーン月間」です

受信障害とは、建造物、電気雑音、不法無線局などが原因となつて、テレビ・ラジオ放送の受信に障害を与えることをいいます。

受信障害については、「沖縄受信環境クリーン協議会」または、「放送局」へご相談ください。

沖縄受信環境クリーン協議会
(企画担当事務局)総務省

沖縄総合通信事務所 情報通信課内

TEL865-2307
FAX865-2311

大規模な土地取引には届出が必要です！

一定面積以上の土地を取引した場合、契約を締結した日から2週間以内に土地の所在する市町村に届出が必要です。

【届出が必要な土地の面積】

- ①市街化区域…2000㎡
- ②①を除く都市計画区域…5000㎡ ※うるま市
- ③都市計画区域外…10000㎡

※届出をしないと法律で罰せられます。

【問い合わせ先】

まちづくり課 973-5029
沖縄県土地対策課 866-2040

あなたの建物は大丈夫ですか？

10月11日～10月17日は、「違反建築防止週間」です。

建築物を建てる際には、建築物の安全性などを確保するために、行政の建築主事または民間の指定確認検査機関による審査や検査を受けなければなりません。

建築基準法には、国民の生命・健康・財産を守るため、地震や火災などに対する安全性や、建築物の敷地、周囲の環境などに関する必要な基準が定められています。建築物を建てる場合には、必ず守らなければなりません。

建築士法では、建築物の安全性などの質の確保を図るために、原則として建築士が設計・工事監理を行わなければならないこととなっています。

建築基準法においても、建築士法に違反して設計された建築物についての確認申請書の受理や工事の施工を禁止しています。

以上のことより沖縄県違反建築防止連絡協議会では、違反建築防止週間中県内一斉公開建築パトロールを実施いたします。

建築指導課 指導係

TEL965-5601

第1回 しまぬくとうば語やびらうるま市大会

ふるさとの言葉に対する関心を高め、その価値を見直す機会を提供し、地域文化の継承発展の一助とする。

【日時】11月13日(日)午後2時開演

【場所】うるま市民芸術劇場(燈ホール)

【発表者】市内の小中高校、一般

【入場料】無料

【問い合わせ】うるま市文化協会

TEL978-2329

農産物物流・販売促進講演会

【演題】

「シークワサーの里 勝山の挑戦」

【講師】名護市勝山区長 玉城健一

【とき】10月21日(金)午後7時

【ところ】

うるま市民芸術劇場燈ホール

入場無料

農業や地域おこしに関心のある方、多数ご参加されますようお願いしております。

【連絡先】うるま市農業委員会

TEL965-5608

平成17年
国勢調査相談窓口の設置

国勢調査の実施に伴い、実施本部では10月31日まで相談窓口を設置し、職員が常時待機しております。質問等のある方はお電話ください。

【1日～10日】平日は午前8時30分～午後9時。土・日・祝日は午前9時～午後6時

【11日以降】平日のみ
午前8時30分から午後8時
国勢調査うるま市実施本部
TEL 973-5005 (企画課内)

第12回具商デパート開催

【日時】

11月5日(土)午前10時～午後4時
11月6日(日)午前10時～午後3時

【場所】具志川商業高校

【内容】生徒自ら仕入れ、広告、販売、商品管理、経理等を行い、食品類から新車まで幅広い商品を取り扱います。

試験

危険物取扱者試験

【試験日】12月11日(日)午前10時

【受験願書受付期間】

10月31日(月)～11月7日(月)

【案内書配布先】各消防本部、消防試験研究センター、宮古支庁総務観光振興課

【問い合わせ】

(財)消防試験研究センター沖縄県支部
TEL 867-5332

募集

JICA海外ボランティア
平成17年度秋募集

【募集期間】10月10日～11月16日

【説明会及び場所】

10月16日(日)14時～16時

JICA沖縄(浦添市)

10月25日(火)14時50分～16時20分

名桜大学(名護市)

11月5日(土)14時30分～16時30分

JICA沖縄(浦添市)

【応募資格】20歳～69歳

【お問い合わせ】

沖縄国際センター(JICA沖縄)

業務第一チーム ボランティア担当

TEL 876-6000

FAX 876-4014

おきなわマラソン
ランニング教室

【開催日】

10月17日(月)～11月21日(月)

月曜日と木曜日の週2回(全10回)

※祝日は除く

【時間】午後7時～9時

【参加料】会費2000円

【対象】16歳以上

【定員】30人(定員に達し次第締切ります)

【場所】沖縄市宮コザ運動公園

陸上競技場

おきなわマラソン実行委員会

沖縄市諸見里2-1-2(寿楽園2F)

TEL 930-0088

FAX 930-1010

うるま市の市章(市のマーク)
デザイン募集中心!

うるま市では「市章デザイン」を9月1日から10月31日までの2カ月間、全国から募集しています。

審査の結果、採用作品(1点)に賞金30万円を贈呈します。

応募用紙は市役所、図書館、公民館等に備えてあるほか、うるま市のホームページからダウンロードできますので、多くの皆様の応募をお願いします。

【応募先・問い合わせ】

〒904-2292

沖縄県うるま市みどり町1-1-1

まちづくり課

TEL 973-5029

市税公民館出張徴収の
日程について(10月)

納税課・国民健康保険課では下記の日程で市税の公民館での出張徴収を実施いたします。対象税目は市県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税となっております。この機会に納めてくださるようお願いいたします。

地区	日付	曜日	時間
浜	24	月	10:00～12:30
比嘉	24	月	13:30～16:00
平安座	24	月	10:00～16:00
上原	25	火	10:00～12:30
桃原	25	火	13:30～16:30
宮城	25	火	10:00～12:30
池味	25	火	13:30～16:00
平安名	26	水	10:00～16:00
内間	26	水	10:00～16:00
南風原	27	木	10:00～16:00
平敷屋	27	木	10:00～16:00
津堅	28	金	10:00～16:00
伊計	28	金	10:00～16:00

※今月は市県民税第3期、国民健康保険税第4期分の納期月となっております。納付は納期限内に!!

※納税は便利な口座振替で!!

お申し込みは納税課・国民健康保険課および各金融機関で行っております。

問い合わせ 納税課 973-1099
国民健康保険課 973-3202

テクニカルサポートエンジニア
育成講座 inうるま市

【内容】電話対応の基本・テクニカル研修
(ハードウェア組み立て・Windows XP・
ネットワークなど)
PC研修(EXCEL・WORD・メール操
作など)

【対象】県内在住35歳位までのIT系
コールセンターへ就職希望の方で、パ
ソコンの基本操作ができる方

【会場】いちい具志川じんぶん館

【日程】10月25日(火)～11月22日(火)
9時～16時 平日のみの20日間

【応募締切】10月18日(火)17時まで

【説明会】10月19日(水)

【受講料】無料

(別途テキスト代3000円程度)

【申込方法】申込用紙を(財)雇用開発
推進機構までFAXしてください。

(FAX送信された方は、着信確認の
ためお電話ください)。

説明会に、スキルチェック(一般常識・
PC実技)と簡単な面接を行います。

【申込・問合先】(財)雇用開発推進機構

TEL 859-7366

FAX 859-6200

URL <http://www.enpact.or.jp>

(申込用紙をダウンロードできます)

第2回
ファイナンシャルプランナー
育成講座in名護市
受講生募集

【対象】35歳位までの県内在住の求職者
(金融系企業へ就職を希望する方)

【会場】北部生涯学習推進センター

(説明会・受講会場同じ)

【日程】11月8日(火)～11月22日(火)

※平日のみ11日間コース

(午前9時～午後4時)

【受講料】無料

(別途テキスト代:3000円程度)

【申込方法】申込用紙を(財)雇用開発
推進機構へFAXしてください(着信
確認のためお電話ください。ご連絡の
無い場合は、無効になることもござい
ます)。

【締切】10月31日(月) 午後5時まで

【説明会】11月1日(火)※時間は申込
者に追って連絡します

【申込・問い合わせ】

(財)雇用開発推進機構

TEL 859-7366

FAX 859-6220

シルバー人材センター会員の募集

【対象】市内在住の健康で働く意欲の
ある60歳以上の方。

毎月20日午前10時から(土・日・祝祭日
の場合は翌日になります)。シルバー
人材センター事務局にて、入会希望者
の説明会を行っています。

【問い合わせ】

TEL 972-2267

田場小学校に関する写真を
探しています

60周年記念誌に掲載するため、田場
小学校の古い校舎や運動会、卒業記念
写真、学校生活の様子をとらえた写真
を探しています。写真は古いほど貴重
ではありますが、創立当初から現在に
至るまでの年代ごとの写真をまんべ
んなく取りそろえたいと考えていま
す。「これは？」と思っただけであら
ずお電話で情報をお寄せください。写真
の所在に関する情報でも結構です。お
預かりしたお写真は慎重に取り扱い、
使用後お返しします。

田場小学校創立60周年記念事業期成会
TEL 973-3364

防災は日頃からの
備えが大事!

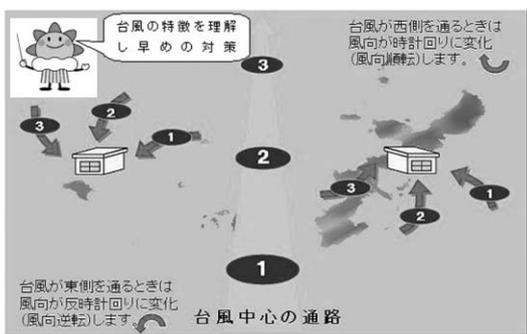
昨年、沖縄では台風や大雨の災害が
多数発生しました。また、新潟県中越
地震やインド洋の津波など国の内
外で大きな自然災害が発生しました。
「災害は忘れた頃にやってくる」と言
われますが「備えあれば愛いなし」と
いう格言にもあるように、十分な備え
をとることが重要です。

「命じょうぶ」自分自身の命を守り、そ
して家族の命を守るため日頃から各
家庭で防災について話し合い、地域や
自治会で防災に関する知識や意識を
高める活動を行いましょ。

気象庁では、気象庁ホームページで
気象情報を提供するとともに、防災情
報提供センターを運営して、国土交通
省が保有する防災情報を集約して提
供しています。また、沖縄気象台では
自治会や学校等からの要請を受け、台
風や地震津波等に関する出前講座を
積極的に実施していますので活用
ください。

沖縄気象台業務広報係
TEL 833-42883

情報提供 沖縄気象台 <http://www.jma.go.jp/jp/uv/>



「いざという時のために」

市民のみなさん

「AED」ってご存知ですか？

AEDとは、自動体外式除細動器(A: Automated 自動'E: External 体外式'D: Defibrillator 除細動器)と言
って心臓に電気ショックを与える道
具のことです。

今までは医者、救急救命士しか、そ
の道具を使うことができませんでし
たが、平成16年7月からは救命講習会
を受講された方は使用することが出
来るようになりました。



なぜAEDが必要なのですか？

国内では年間約50000人近く
の方々が心臓の病気で突然に死亡し
ていると言われていて、その多くは心
室細動(心臓が突然リズムカルな動き
ができなくなり、バラバラに興奮して
いる状態)が原因と言われています。
その心室細動は自然に回復すること
はほとんどなく、何の処置もしないで
いると1分経過するごとに約10%ず
つ蘇生率が低下していき10分後には
ほとんどの人が死に至ります。

そのためには救急車が到着するま
での「空白の時間」をなくすためにA
EDが設置されている場所において
は、近くにいる「あなた」が早期に除細
動を行うことが唯一の効果がある治
療法と言われています。

AEDの使い方は？

電極というパッド(シップみたいな
もの)を患者さんに取付け電源を入れ
ると、器械が自動的に除細動が必要
な状態かを判断して、日本語音声と標
示で教えてくれるので救命講習を受講
されている方は簡単に使うことがで
きます。



それじゃどうすればいいのですか？

AEDの普及(設置)はもちろんの
こと、市民みなさんの救命講習会への
参加が「みんなですなぐ救命の輪」と
なるのです。家族・友人・職場で救命講
習会に是非ご参加ください。

うるま市消防本部では毎月第2土曜
日に救命講習会を行っています(又、
団体等についても受付けております)。

【問合せ先】

- 具志川消防署 973-4838
- 石川消防署 965-0831
- 与勝消防署 978-3283



善意ありがとう

育英会

- ☆株式会社濱設計工房 代表取締役
濱川満秀 様(沖縄市知花)より30万円の寄付
- ☆吉元澄子 様(字天願)より8万円の寄付
- ☆島袋タケ 様(石川)より50万円の寄付

社会福祉協議会

- ☆神田良政 様(字喜屋武)より10万円の寄付
- ☆島袋タケ 様(石川)より10万円の寄付
- ☆吉元澄子 様(字天願)より10万円の寄付

お詫びと訂正

広報9月号

10頁「笑いで、まちおこし」の文中
誤：山城清智 塾長 誤：小那覇全孝氏
正：石川清智 塾長 正：小那覇全孝氏

11頁「叙位叙勲」
島袋義直氏の職歴
誤：元石川市立城前小学校
正：元石川市立城前小校長

関係者の皆さまへご迷惑をおかけしましたことを
深くお詫び申し上げます。

消防活動状況(平成17年8月)

8月災害状況
救急出場件数…388件(1825件)
搬送人員…371件(1745件)
火災出場件数…4件(13件)
()は平成17年4月合併時からの累計
救急出場が増加傾向です。
救急車の適正な利用をお願いします。

うるま市の人口



9月1日
うるま市の人口
総数 116,228人

前月比

男	58,302人	-4人
女	57,926人	+10人
世帯数	40,611世帯	+44世帯

うるま市合併記念事業 日口修好150周年記念事業



“ベリョースカ” <白樺> "berjosska"

ロシア民謡の懐かしい歌の数々
豊かに多彩なレパートリー
躍動感にみちた素敵なステージ

ボルガの舟歌 黒い瞳 トロイカ
カチューシャ 赤いサラファン
行商人の歌 カリンカ
一週間 仕事の歌他



日時 10月19日(水) **会場** うるま市民芸術劇場(響ホール)

開場17:30/開演18:30

主催：うるま市教育委員会
共催：うるま市文化協会/うるま市子どもを育む会
後援：具志川少年少女合唱団/合唱団コールシクラメン/うるま市具志川商工会/琉球新報社/沖縄タイムス社/
NHK沖縄放送局/FMおきなわ

日時 10月20日(木) **会場** うるま市石川会館(大ホール)

開場17:30/開演18:30

主催：うるま市文化協会石川支部
共催：うるま市教育委員会/うるま市文化協会/うるま市子どもを育む会
後援：うるま市/うるま市石川商工会/石川フォークダンスクラブ/石川地区自治会/琉球新報社/沖縄タイムス社/
NHK沖縄放送局/FMおきなわ

前売り 大人:2,000円/高校生以下:1,500円(当日は各500円増)

全席自由

プレイガイド

リウボウ
☎867-8246
普久原楽器店
☎938-9375
うるま市役所売店
☎974-3111
うるま市石川会館
☎965-5630
コープあぶれ
☎941-8000
ブックボックス安慶名店
☎972-7518
うるま市民芸術劇場
☎973-4400
うるま市きむたかホール
☎978-2219